

"23" марта 2026г

МЕНЮ

		САД				
	Наименование блюд	Выход	Б	Ж	У	Э
ЗАВТРАК	Яйцо варенное	40	5.080	4.600	0.280	62.800
	Икра кабачковая	60	6.000	4.200	0.600	58.200
	Макароны отварные (с маслом сливочным Крестьянское)	120	4.500	2.400	28.579	158.652
	Батон " Рябинушка"	30	2.100	0.900	15.000	116.000
	Чай с сахаром и лимоном	180/8/7	0.003	0.000	8.800	33.920
	Итого за завтрак:	478	13.423	12.700	60.404	469.235
ОБЕД	Борщ с фасолью, картофелем, сметаной	200/10	3.012	6.931	15.156	143.490
	Шницель из мяса говядины с маслом сливочным Крестьянское	70/4.3	11.797	13.840	10.624	217.086
	Капуста тушеная	150	3.610	4.220	10.193	95.207
	Компот из смеси сухофруктов	180/8	0.360	0.000	19.340	77.120
	Хлеб ржаной/ пшеничный	50/20	4.700	1.100	27.000	142.900
	Итого за обед:	692	27.080	25.020	73.254	681.391
ПОЛДНИК	Сырники с морковью и сметаной	130/15	37.340	21.540	40.940	665.807
	Кефир	180	5.040	2.700	8.460	93.600
	Итого за полдник:	534	42.380	24.240	49.400	459.407
УЖИН	Фрукты свежие	1 шт.	0.400	0.000	10.000	45.000
Итого за день:		1840	79.720	63.030	202.107	1949.622
		ЯСЛИ				
	Наименование блюд	Выход	Б	Ж	У	Э
ЗАВТРАК	Омлет натуральный с маслом сливочным" Крестьянское"	80/3	0.210	5.650	0.034	51.732
	Икра кабачковая	40	0.400	2.800	0.400	38.800
	Батон йодированный " Рябинушка "	20	1.400	0.600	10.000	52.400
	Чай с сахаром и лимоном	150/7/5	0.020	0.000	7.500	28.780
	Итого за завтрак:	311	2.030	9.050	17.934	171.712
ОБЕД	Борщ с фасолью, картофелем, сметаной	180/7,5	2.220	5.890	10.526	109.267
	Шницель из мяса говядины с маслом сливочным " Крестьянское"	60/3.4	10.480	11.620	9.104	183.928
	Капуста тушеная	120	3.853	4.220	8.098	83.244
	Компот из смеси сухофруктов	150/7	0.300	0.000	16.450	65.530
	Хлеб ржаной/ пшеничный	40/20	4.040	1.000	23.600	124.800
	Итого за	588.9	20.893	22.730	51.328	501.239
ПОЛДНИК	Сырники с морковью и сметаной	130/15	18.670	10.770	20.470	332.904
	Кефир	150	4.200	2.250	7.050	78.000
	Итого за полдник:	295	22.870	13.020	27.520	410.904
УЖИН	Фрукты свежие	100	0.400	0.000	10.000	45.000
Итого за день:		1194	46.193	44.800	123.232	1194.385

Если 169-71 Стоимость питания 1 ребенка в день Сад 179-15